



# ПУТЕВОДИТЕЛЬ

для военнослужащего  
и его близких



Проект: «Хочу помочь» 2024г.



Посвящается дорогому и любимому брату, сыну  
**Никитину Николаю Николаевичу**, 19.07.1990 г.р.  
Родом с города Покровск, Хангаласского района  
с 24.11.2023г. проходил службу в зоне СВО,  
с 01.06.2024г. без вести пропавший.

Авторы: Филиппова С.Н., Заболоцкая М.В.  
Дизайн: Герасимов Л.В. Печать: ИП Федоров В.В.  
**«Путеводитель для военнослужащего и его близких»**

**Хангаласский улус, город Покровск.**

В путеводителе собрана актуальная информация для тех, кому пришлось столкнуться с трудностями, связанными со специальной военной операцией. Пособие содержит рекомендации для военнослужащего и его семьи. Также, освещается основная терминология, связанная с СВО.

Данный путеводитель является авторским и охраняется ст.1259 ГК РФ. Копирование преследуется законом.

**ХОЧУ ПОМОЧЬ**



## Содержание:

Рекомендации тем, кто отправляется на СВО.....	4
Если военнослужащий получил ранение .....	5
Алгоритм по поиску без вести пропавшего военнослужащего....	7
Говорят, оттуда возвращаются другими.....	11
Терминология .....	21



## Рекомендации тем, кто отправляется на СВО:

Необходимо собрать пакет документов, который нужно оставить своим близким, на случай необходимости.

1. Копия паспорта с пропиской;
2. Копия военного билета;
3. Реквизиты личного счёта;
4. Генеральная доверенность;
5. Справка о заключении контракта с МО РФ\*;
6. Номер жетона;
7. Стоматологическая карта;
8. Распечатать фотографии (5-7 штук) в полный рост, лицо, татуировки, шрамы, особые приметы;
9. Открыть личный кабинет военнослужащего на сайте МО. Указать номер телефона, зарегистрированный в пределах РС(Я) или России, <https://cabinet.mil.ru>

### По приезду в военную часть отправить своим близким:

1. Номер и адрес войсковой части;
2. Фотографии (5-7 штук) особые приметы обмундирования (позывной, шеврон), часы, браслеты, цепочки, обереги, отличительные знаки;
3. Выписку из приказа о зачислении в личный состав ВС РФ (либо справку о нахождении на территории СВО с указанием даты принятия, участия в СВО). С 01.11.2024 года справку об участии в СВО можно получить на портале Госуслуг.

**ВАЖНО!** Перед уходом на боевое задание передать данные родственникам или специалисту с района (позывные, звания, должность, телефон, откуда родом не менее 5 сослуживцев, так же данные замполита, ротного, направление Б/З\* и количество дней боевого задания).



## Если военнослужащий получил ранение:

Для получения единовременной материальной помощи за получение ранения во время выполнения боевого задания на СВО необходимы документы:

- 1 Паспорт с пропиской (на территории РС(Я));
- 2 Реквизиты счета лично самого военнослужащего;
- 3 Справка формы №100 или справка форма №98 (получают в госпитале);
- 4 Заявление на получение выплаты отправляют в Управление социальной защиты населения по месту жительства (в г. Ростов-на-Дону через волонтеров). При необходимости заявление может написать родственник.

**Размер материальной помощи можно посмотреть на сайте Министерства труда и социального развития РС(Я)**

**<https://mintrud.sakha.gov.ru/>**

**Важно!** (информация периодически обновляется)

500 000 рублей - региональная материальная помощь при получении ранения во время выполнения боевых задач СВО;

250 000 рублей - региональная материальная помощь при получении тяжелого ранения во время выполнения боевых задач СВО (необходимые документы: справка о тяжести ранения);

3 000 000 рублей - единовременная выплата за ранение ранения во время выполнения боевых задач СВО (при наличии справки формы №98), автоматически из госпиталя отправляется в военную часть. Если справка формы №98 не выдана в госпитале, то необходимо собрать документы:

- паспорт;
- справка форма №100;
- выписка из журнала боевых действий.



## Для близких военнослужащего:

- В первую очередь нужно узнать госпиталь, где находится ваш боец;
- Военный комиссариат возмещает расходы на перелет (до 2 человек: мать, жена, дети) близких родственников до места лечения военнослужащего, при условии, что получено тяжелое ранение.
  - В аэропортах для маломобильных граждан существует услуга медицинского сопровождения.
  - Во время сопровождения маломобильного бойца, при наличии подтверждающего документа, можно воспользоваться платной стоянкой в аэропорту бесплатно.



## Алгоритм по поиску без вести пропавшего военнослужащего:

**В первую очередь необходимо собрать все данные о  
военнослужащем для составления розыскной карты:**

- Паспорт с пропиской;
- Степень родства (свидетельство о браке, свидетельство о рождении, справка об отсутствии жены и детей) можно получить справку в ЗАГС;
- Распечатать фотографии (5-7 штук) в полный рост, лицо, татуировки, шрамы, особые приметы обмундирования (позывной на нашивке, шеврон), часы, браслеты, цепочки, обереги, отличительные знаки;
- Номер жетона (личный номер);
- Позывной самого бойца и его сослуживцев, командиров;
- Звание;
- Номер военной части (армия, бригада, батальон, рота, взвод, подразделение);
- Справка о заключении контракта с МО РФ\* (при отсутствии можно получить в военкомате или в пункте отбора военнослужащих);
- Информация от сослуживцев и командира.



## Куда следует обратиться:

- 1.** Позвонить в службу оперативной помощи гражданам 122 - обратиться для поиска военнослужащего;
- 2.** Позвонить на номер 117 - Министерство обороны - узнать статус бойца;
- 3.** Обратиться в военкомат с заявлением о том, что военнослужащий не выходит на связь;
- 4.** Составить розыскную карту (бланк выдает Военный комиссариат и специалист администрации района по вопросам СВО);
- 5.** Сдать тест ДНК;
- 6.** Позвонить в военную часть - узнать статус бойца. (Можно узнать в военкомате района);
- 7.** Позвонить в Фонд «Защитники отечества»;
- 8.** Написать обращение на имя постоянного Представителя РС(Я) [rospred@sakha.msk.ru](mailto:rospred@sakha.msk.ru)
- 9.** Главное военное следственное управление следственного комитета РФ – отправить обращение помочь в поисках бойца <http://gvsu.gov.ru/>
- 10.** Общественная приемная МО РФ\*, г. Москва, Колымажный переулок, дом 14, 1 этаж, вход со стороны Колымажного переулка (проезд до станции метро «Арбатская»);
- 11.** Направленец\* (узнать контактный номер в военной части) - отправить результаты ДНК и данные бойца;
- 12.** Обратиться к специалисту по вопросам СВО в районе.





## Рекомендации для получения денежного довольствия родственниками без вести пропавшего:

После получения извещения о статусе «без вести пропавший», написать заявление на получение денежного довольствия в военкомат и приложить документы:

- 1.** Паспорт родственника (супруга, родители и др.);
- 2.** Генеральная доверенность;
- 3.** Реквизиты счета родственника.

Если тело найдено и идентифицировано в ЦОП (522 Центр опознания погибших Военный клинический госпиталь 1602 Ростов-на-Дону улица Дачная, 10) вам могут позвонить для опознания.



ХОЧУ ПОМОЧЬ



**ВАЖНО!**

Личные данные военнослужащего ни в коем случае не отправлять через социальные сети и передавать третьим лицам, не являющимся вашими родственниками или специалистами, непосредственно занимающимися поиском бойца.

Были случаи вымогательства денежных средств и распространения ложной информации.

### **Для защиты от противоправных действий:**

- Закройте доступ в социальных сетях, оставляя доступ только для сообщений от родных и проверенных друзей;
- Уберите со страниц фото своих бойцов, не афишируйте их данные (Ф.И.О., дата рождения, номер жетона и пр.);
- Не звоните на горячую фейковую линию украинской стороны в целях безопасности ваших бойцов;
- Не переходите по сомнительным ссылкам в поисках и не оставляйте данные бойца на украинских сайтах, в чатах телеграмм, ВКонтакте и т.д.;

**ЗАПОМНИТЕ!** Специалисты, занимающиеся поиском военнослужащих (сотрудники военной части, специалисты администраций, военкомата, морга и т.д.) **НЕ ПРОСЯТ ПЕРЕВЕСТИ ДЕНЬГИ;**

- Ни в коем случае не отвечайте на сообщения, звонки, видеозвонки, где требуют деньги! При общении с вами может быть использован искусственный интеллект (лицо вашего бойца с фотографии могут использовать, добавив его голос и позвонить по видеозвонку).

ХОЧУ ПОМОЧЬ



## Говорят, оттуда возвращаются другими...

У бойцов наблюдается целый спектр изменений личностного, поведенческого и эмоционального характера. Например:

- Смена режима - нарушение режима сна (по 2-3 часа);
- Бессонница и кошмары;
- Постоянная напряженность и тревожность;
- Страх громких звуков и резких движений;
- Суицидальные мысли;
- Желание вернуться на войну;
- Вина выжившего - почему я выжил, а мои ребята погибли;
- Психосоматика - постоянное эмоциональное напряжение приводит к физическим заболеваниям и многое другое.

### Как помочь адаптироваться:

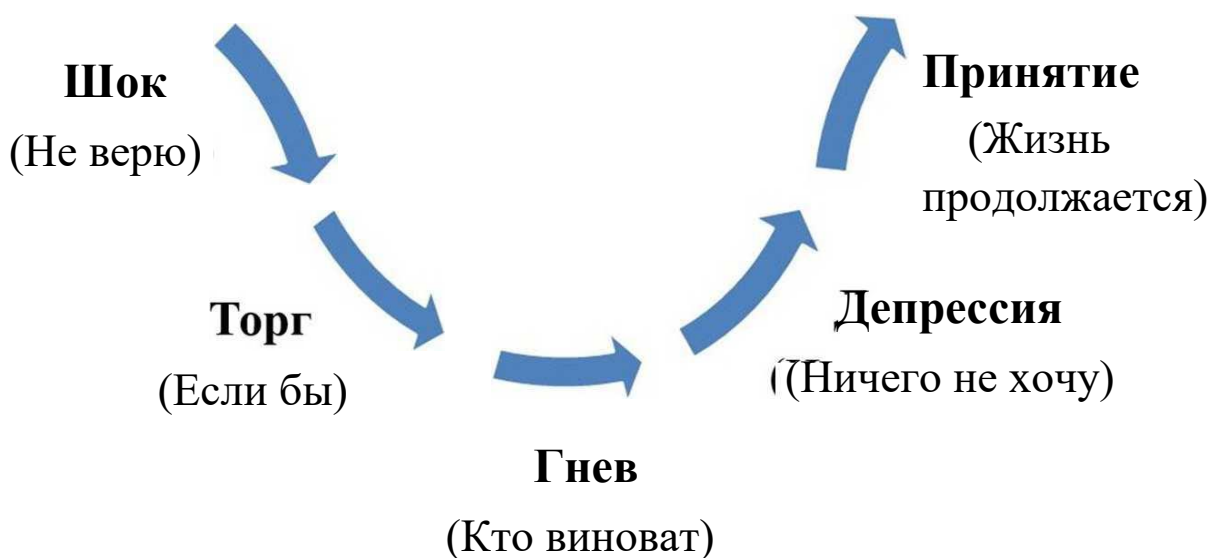
1. Соблюдать семейные традиции, ритуалы и создавать новые.
  2. Бережно вернуть в повседневную жизнь - попросить наколоть дров, помочь с огородом, занять общественно-полезной деятельностью;
  3. Проговаривать свое отношение - «мы рады твоему возвращению», «мы с тобой», «ты наша опора, что бы мы без тебя делали», «ты нам нужен»;
  4. Супруге, либо матери, самой обратиться к психологу, постепенно привлечь мужа или сына к психологическому сопровождению. При этом нужно учитывать, что результаты работы с психологом будут не сразу. При необходимости к работе будут подключены другие специалисты.
- Важно:** если ваш близкий, не спит более 3-х дней (2-3 часа сна считается, что он спал), пропал аппетит полностью, видны явные изменения в поведении или в состоянии здоровья, следует обратиться за помощью в медицинское учреждение, в психологический центр.



## Как помочь, человеку пережить горе

Переживая горе, человек зачастую проходит 5 этапов горя: шок, гнев, торг, депрессия, принятие (Элизабет Кюблер-Росс). Каждый из них важен и имеет свои особенности.

## ЭТАПЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ



ХОЧУ ПОМОЧЬ



## 5 стадий горевания.

### Шок (отрицание)

**Особенности стадии.** Человек ведет себя отстраненно или так, будто ничего не случилось. Он может говорить: «Это не могло произойти», «Не верю», «Все будет хорошо», «Это, наверное, не правда». («ИтэБэйбэппин», «Эс, хайдах оннук буолуой», «Бу киирэн кэлиэх курдук»)

**Значение и опасности стадии.** Это защитный механизм психики. Но есть риск застрять в отрицании, жить в иллюзии. Некоторые люди убегают от реальности, например, в алкоголь.

#### Как помочь:

- Быть рядом.
- Поддерживать разговоры о потере;
- Помочь осознать потерю, например, дать прикоснуться к телу умершего или к могиле. В случае болезни — посмотреть на лист с диагнозом. При расставании — прочесть сообщение, в котором сообщалось о нем. Нужно действовать по ситуации;
- Тактично напоминать, что это нельзя исправить;
- Быть терпеливым и дать человеку время на осознание.





## 5 стадий горевания.

### Гнев (чувство вины)

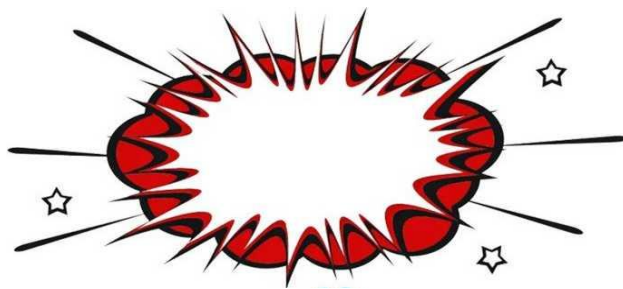
**Особенности стадии.** Человек ищет тех, кто виновен в случившемся. Он может злиться на себя, окружающих и даже тех, с кем что-то случилось. Например, злиться на пропавшего или умершего человека. Если возникла аутоагрессия, она может трансформироваться в чувство вины, желание наказать себя.

**Значение и опасности стадии.** Человек принял случившееся, но считает это несправедливым и хочет наказать того, кто виноват. Есть риск навредить себе и окружающим, застрять в недоверии к миру и жажде мести.

#### Как помочь на стадии горевания в психологии:

- Много разговаривать и слушать;
- Поддерживать выражение чувств «экологичным» способом (без вреда для окружающих) — плач, крик, спорт, письма, помощь другим;
- Помочь проанализировать случившееся, найти причины и следствия, виновников, если они есть;

Цель поддержки — защитить человека и окружающих от него самого, но при этом помочь выразить чувства экологичным способом.



ХОЧУ ПОМОЧЬ



## 5 стадий горевания.

### Торг

**Особенности стадии.** Человек пытается заключить сделку с высшими силами, Богом, духами, самим собой или кем-то еще. Он думает: «Если я сделаю то-то, все вернется на место», «Я больше никогда не буду...». «Мин аны хаһан даһаны...». «Арай оннук гыммытым буоллар» «Мин ыппатаһым буоллар...» Могут появиться ритуалы, правила, навязчивые идеи.

**Значение и опасности стадии.** Это последний защитный механизм в процессе горевания — магическое мышление. Человек верит в чудо. В таком состоянии он рискует попасть в секту, в руки мошенников (целители, гадалки, маги), или застрять в ритуалах, ограничениях.

#### Как помочь:

- Помочь человеку увидеть его долю ответственности, если она есть, но не уходить в самообвинение;
- Помочь увидеть долю ответственности других людей и обстоятельств;
- Объяснить человеку, что он достоин жить дальше и быть счастливым;
- Поощрять мысли о необратимости ситуации;

Цель поддержки — помочь осознать необратимость случившегося. Нельзя поддерживать человека в идеях самонаказания или искупления вины, если он винит себя и в чем-то ограничивает себя или принуждает к чему-то.





## 5 стадий горевания.

### Депрессия

**Особенности стадии.** Человек чувствует бессилие. Ничего не вернуть, от мщения боль не проходит, торги не приносят результатов. Наступает отчаяние, опускаются руки. Кажется, что боль никогда не отступит. Все бессмысленно. Человек становится равнодушен к себе, другим, своим увлечениям, работе. Он не понимает, как ему жить дальше и как справиться с чувствами, которые он испытывает. «Тугу да гыныхпын баБарбаппын», «Хайдах да буоллун, син биир», «Миэхэ туюх да кемөлөспөт».

**Значение и опасности стадии.** Психика отказалась от защит и начала переваривать случившееся. Есть риск уйти в клиническую депрессию, зависимость, суицид.

#### Как помочь:

- Разделить боль;
  - Попросить близких пострадавшего в этот период поддерживать его материально, морально, физически, например, помочь в быту;
  - Найти среди близких того, кто сможет стать посредником между горюющим и миром;
  - Поощрять проговаривание чувств и эмоций, помочь выразить их через творчество;
- Цель работы с гореванием — поддержать, защитить от ухода в клиническую депрессию и предотвратить суицид.

ХОЧУ ПОМОЧЬ





## 5 стадий горевания.

### Принятие

**Особенности стадии.** Человек возвращается к привычной жизни, начинает испытывать положительные эмоции. Боль не утихла, но человек учится жить с этим. Остается грусть, но горящий не «проваливается» в нее. Он возвращается к работе, общению, увлечениям. Часто что-то меняет в своей жизни — от гардероба до переезда.

**Значение и опасности стадии.** Этап восстановления, создания новой жизни. Если человек берет на себя сразу многое, есть риск вернуться на стадию депрессии. Важно помнить, что сил еще мало, поэтому входить в новую жизнь нужно постепенно. Необходимо с особым вниманием и уважением относиться к себе, прислушиваться к своим ощущениям, чувствам. «Туох да буолбутун иһин, салбыы олоруохха наада», «Ким да буруйа суох», «Буолбут буоллаҕа, олох салбанар», «Мин курдук сүтүктээх дьонцо күүс-көмө буолабын».

#### Как помочь:

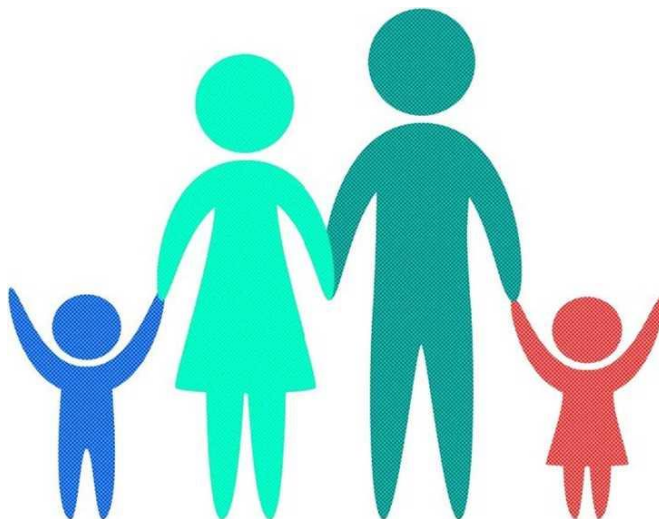
- Порекомендовать постепенно, возвращаться к обычной жизни — брать больше бытовых обязанностей, рабочих задач и т. д.;
- Помочь найти новые цели и смыслы или вернуться к старым начинаниям;
- Помочь найти то, что интересно и хочется узнать, попробовать;
- Не торопить, но и не слишком опекать.

Цель поддержки — помочь наполниться ресурсом. Кроме особой помощи на каждом этапе нужно поддерживать в горящем надежду на лучшее. Сейчас все кажется непонятным и бессмысленным, но когда-нибудь он сможет во всем разобраться. И главное — он со всем справится, сможет помогать другим с такой ситуацией.



## После получения извещения о гибели военнослужащего, как сообщить близким родственникам:

1. В первую очередь, следует оценить состояние физического здоровья и эмоциональное состояние родственника, особенно если человек в возрасте.
2. Соберите все доступные факты о смерти, чтобы быть готовым ответить на вопросы родных.
3. Постарайтесь выбрать тихое и уединенное место для разговора, где вас не будут беспокоить.
4. При возможности, обеспечьте присутствие рядом другого близкого человека или специалиста, который может помочь поддержать в этот тяжёлый момент.
5. После того, как сообщили, не оставляйте человека одного, пока ему не станет легче.
6. Любая реакция на такую информацию является нормальной.





## Как сообщить ребенку о смерти близкого:

1. Перед тем, как сказать ребенку, нужно определить, кто из близких является для ребенка референтным лицом (тот, кому доверяет ребенок). Он должен быть спокоен и способен помочь ребенку.

2. Узнать, как ребенок воспринимает смерть (как он понимает смерть, что происходит с человеком после смерти, существует ли душа, рай и ангелы и пр., куда попадает человек после смерти и пр.).

3. Учитывать, возрастные и личностные особенности ребенка.

4. Исходя, из собранной информации, поговорить с ребенком наедине, в спокойной и тихой обстановке.

5. Любая реакция ребенка, является нормальной, если реагирует эмоционально, то дать время пережить их.

6. После того, как сказали о смерти близкого, не оставлять ребенка одного на длительное время.

7. Вести наблюдение за аппетитом, сном и настроением ребенка.





## Терминология

**МО РФ** - Министерство обороны Российской Федерации

**В/Ч** - военная часть

**Б/З** - боевое задание

**ЦОП** - Центр опознания погибших

**БВП** - без вести пропавший

**СОЧ** - самовольное оставление части

**ДНК** - тестирование ДНК близкого родственника для опознания военнослужащего.

1. Можно сдать по направлению военкомата - длинные сроки

2. В частных клиниках с лицензией платно - быстрое получение результатов

**ЖБД** - журнал боевых действий

**Международный комитет «Красного креста»** - предоставляет помощь и защиту людям, пострадавшим от военных конфликтов и другого насилия, а также, поиск военнопленных.

**Розыскная карта** - информация о военнослужащем для поиска (личные данные, особые приметы: шрамы, татуировки, стоматологическая карта, родинки, особенности телосложения: рост, вес, цвет глаз, цвет кожи и т.п.).

**Направленец** - занимается сверкой ДНК и опознанием бойцов





**Электронный вариант**

**ХОЧУ ПОМОЧЬ**